These

Faculdade de Medicina da Bahia

THESE

APRESENTADA

Á

FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

Em 31 de Outubro de 1908

PARA SER DEFENDIDA POR

Luiz de Oliveira Almeida

NATURAL DO ESTADO DA BAHIA

AFIM DE OBTER O GRÁO

DE

DOUTOR EM MEDICINA

DISSERTAÇÃO

CADEIRA DE HYGIENE

HYGIENE DOS POBRES

PROPOSIÇÕES

Tres sobre cada uma das cadeiras do curso de sciencias medicas e cirurgicas

---

BAHIA

Typ. do Salvador — Cathedral

1908

FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

Director—Dr. AUGUSTO C. VIANNA
Vice-Director—Dr. MANOEL JOSE' DE ARAUJO

LENTES CATHEDRATICOS

OS DRS.	MATERIAS QUE LECCIONAM
	1.a SECÇÃO
Carneiro de Campos	Anatomia descriptiva.
Carlos Freitas	Anatomia medico-cirurgica.
	2.a
Antonio Pacifico Pereira	Histologia.
Augusto C. Vianna	Bacterεologia.
Guilherme Pereira Rebello	Anatomia e Physiologia pathologicas.
	3.a
Manoel José de Araujo	Physiologia.
José Eduardo F. de Carvalho Filho	Therapeutica.
	4.a
Luiz Anselmo da Fonseca	Hygiene.
Josino Correia Cotias	Medicina legal e Toxicologia.
	5.a
Braz Hermenegildo do Amaral . . .	Pathologia cirurgica
Fortunato Augusto da Silva Junior .	Operações e apparelhos.
Antonio Pacheco Mendes	Clinica cirurgica 1.ª cadeira.
Ignacio Monteiro de Almeida Gouveia	Clinica cirurgica 2.ª cadeira.
	6.a
Aurelio R Vianna	Pathologia medica.
Alfredo Britto	Clinica Propedeutica.
Anisio Circundes de Carvalho . . .	Clinica Medica 1.ª cadeira
Francisco Braulio Pereira	Clinica Medica 2.ª cadeira
	7.a
A. Victorio de Araujo Falcão . . .	Materia medica, Pharmacologia Arte de Formular
José Rodrigues da Costa Dorea . .	Historia natural medica.
José Olympio de Azevedo	Chimica Medica.
	8.a
Deocleciano Ramos	Obstetricia.
Climerio Cardoso de Oliveira . . .	Clinica obstetrica e gynecologica.
	9.a
Frederico de Castro Rebello . . .	Clinica pediatrica.
	10.a
Francisco dosSantos Pereira . . .	Clinica ophtalmologica.
	11.a
Alexandre E. de Castro Cerqueira . .	Clinica dermatologica e syphiligraphica.
	12.a
Luiz Pinto de Carvalho	Clinica psychiatrica e de molestias nervosas.
João E. de Castro Cerqueira . . . Sebastião Cardoso	Em disponibilidade.

LENTES SUBSTITUTOS

OS DOUTORES

José Affônso de Carvalho . .	1.ª	Pedro da Luz Carrascosa e . . .	
Gonçalo Moniz Sodré de Aragão .	(2.ª	J. J. de Calasans	7.ª
Julio Sergio Palma	(	J. Adeodato de Souza	8.ª
Pedro Luiz Celestino	3.ª	Alfredo Ferreira de Magalhães .	9.ª
Oscar Freire de Carvalho . .	4.ª	Clodoaldo de Andrade	10.
Antonino B. dos Anjos	5.ª	Albino Leitão	11.
João Americo Garcez Froes . .	6.ª	Mario Leal	12.

Secretario—Dr. MENANDRO DOS REIS MEIRELLES
Sub-Secretario Dr. MATHEUS VAZ DE OLIVEIRA

A Faculdade não approva nem reprova as opiniões exaradas nas theses pelos seus auctores

Ao leitor

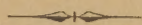
Sem pretenção alguma, só em cumprimento da lei, escrevemos essa pobre These, que vae correr mundo.

Certa difficuldade, superior a todas quantas se podessem erguer diante de nós, paralysou-nos a acção.

Se assim não fôra, outro desenvolvimento lhe dariamos.

.....Deixem que a pobresinha prosiga incolume em sua custosa perigrinação.

O Auctor.

DISSERTAÇÃO

Cadeira de Hygiene

Hygiene dos pobres

HABITAÇÃO

Doe-nos a alma ao contemplarmos sinceros as miserias deste mundo, ao mirarmos todas as desventuras da humanidade, reflectidas quasi que exclusivamente n'essa classe de gente, por quem todos nós devemos porfiar continua e afincadamente; doe-nos, e mais ainda se nos torna pezaroso, quando sentimos bem patente essa injustiça divina: — fazendo uns fortes e poderosos, outros fracos e amesquinhados, parecendo-lhes a Vida não esse continuo soffrer suave, mas uma sequencia intermina de crueis padecimentos physicos e terriveis degradações moraes, invadindo e destroçando como cancro voraz as entranhas do organismo social.

E são esses fracos e amesquinhados, eternos filhos da desgraça — os pobres — cuja hygiene, embora succintamente, vamos estudar.

A habitação do pobre! Que ha de mais penoso? Que ha

de mais triste, observando-se a modesta choupana de um campo ou a pequenina loja da cidade?

Quem as poderá descrever? Quem as poderá livremente explorar sem que se não deixe afogar no mar caudaloso da confusão, sem que se não deixe prender no tremendo cipoal que nos venda os olhos, privando-nos assim de aqui trazer todas as consequencias infelizes, uma por uma, de modo certo e verdadeiro.

Comtudo, o desejo enorme que tanto tempo alimentamos de fazel-o nos arrastou ousados, obrigando-nos a porfiar sem desmaios em busca dos fructos tão maduros e abundantes de tão pequeninas arvores que, á custo, com sacrificios, ante todo aquelle mar e todo aquelle cipoal podemos, vencendo-os em parte, colher.

No campo, onde parece que o anjo da bonança vaga a todo instante, vemos na media que a saude e vitalidade dos seus filhos que têm o habito de negociar em meios naturaes, cujas condições são bôas, são superiores a saude e vitalidade dos que habitam a cidade. Entretanto não convem julgar superfluidade a hygiene rural e, ainda que a mortalidade das aldeias não attinja os calculos observados nas cidades, podemos dizer claramente que a superioridade sanitaria não é o que deveria e poderia ser.

A rasão disto está sobretudo na ignorancia dos pobres camponezes, na sua falta de instrucção geral, na persistencia entre elles de uma enorme multidão de preconceitos

e superstições, no seo espirito rotineiro, na falta completa de noções de hygiene pratica.

Talvez só a escola bastasse para modificar essa situação, ensinado-lhes as regras mais elementares e tão preciosas de hygiene, as que sobretudo se referem ao asseio das pessôas e das cousas, formulando-as e applicando-as deante das crianças e procurando offerecer em todas as suas partes um exemplo vivo de bôa hygiene. E assim os filhinhos camponezes poderiam colher algum proveito desta lição permanente de cousas.

Mas tal infelizmente não se dá em nosso meio. Mui claro conhecemos sua necessidade, tambem mui claro sentimos sua falta e, quando um sôpro de ventura a conduz para lá em logar ao alcance das pobres creancinhas, só ouvimos diariamente, a maneira de um divino sacrificio, os 2 e 2 da taboada commum: tudo passa entregue a poeira muda do olvido, tudo se deixa na pôdre lama do esquecimento.

De um outro lado, a modicidade ou a insufficiencia dos recursos dos habitantes do campo constitue um obstaculo quasi insobrepujavel a toda especie de melhoramento das condições da vida material

*
* *

E' sobretudo no que diz respeito aos tres meios naturaes —solo, ar e agua, que a fraqueza numerica e a dispersão

dos grupos ruraes apresentam para a hygiene grandes vantagens. Os camponezes são, de modo geral, na mór parte do tempo, muito pouco agglomerados para chegarem, por sua presença, a comprometter seriamente a integridade do solo, da agua e da atmosphera; aproveitam ao contrario, todas as propriedades felizes, favoraveis á saude dos individuos, de que podem ser dotados esses meios. Todavia, ha excepções muito numerosas a essa regra. Observamos, muitas vezes, que tal ou tal grupo rural chega á força de indolencia a infectar um terreno, uma agua.

As aldeias não protegem seu solo contra as immundicies que se dispersam na sua surperficie; e felizmente, em relação a extenção desta superficie, ellas não são de ordinario em quantidade tal que sua transformação e sua destruição não se possam naturalmente operar na intimidade das primeiras camadas do solo que as absorvem. Entretanto, póde acontecer que em algum ponto as condições locaes não se prestem a este saneamento espontaneo, quando, por exemplo, ha accumulo de lixo devido a sua demora no mesmo logar sobre o solo.

E o paludismo, que encontramos em certas aldeias frequentemente, está em relação com o estado do solo circumvisinho, ou com a presença de aguas superficiaes sem escoamento: tanques, açudes, etc.

Muitas vezes não estando infectado o solo as aguas não

deverim estar tambem Entretanto isto, localmente, não é sempre verdadeiro, quando se trata de aguas de superficies pouco abundantes e para as quaes os declivios dos terrenos dirigem os liquidos contaminados que correm ao ar livre nos arredores, ou mesmo de aguas subterraneas mal protegidas por um terreno cujo poder filtrante é insufficiente ou que apresente certas lacunas aqui e alli, permittindo a chegada quasi directa das immundicies superficiaes até a agua existente mais ou menos profundamente.

Encontramos demais nas aldeias fócos de immundicie, susceptiveis de ser muito perigosos nesse ponto de vista se as circumstancias locaes a isso se prestam: os doentes attintos de infecções intestinaes, os lavadouros, os cemiterios tudo digno de nossa particular attenção do mesmo modo que o logar em que se fazem despejos, onde se faz mister que nos preoccupemos mui fortamente, quando se nos fôr apresentada a occasião.

Tudo isto póde influir de modo singular sobre as qualidades da agua da esteira subterranea, muitas vezes pouco profunda, subjacente á aldeia com a qual de habito se alimentam os camponezes.

O ar que circula nas localidades ruraes e que nada isola da massa atmospherica geral é perfeitamente salubre. Sua pureza, quer no ponto de vista chimico, quer no ponto de vista bacteriologico, é muito grande. Porem tambem o camponez sente directamente, e ás vezes em excesso, todas

as suas modificações physicas relativas, quer a sua humidade, quer a sua temperatura. Resulta disso quer as molestias cujo apparecimento mais ou menos frequente e até certo ponto subordinadas á influencia das circumstancias meteoricas se apresentam voluntarias entre os camponezes.

Felizmente, estes adquirem, de certo modo todo natural, um costume, uma insensibilidade especial que constituem a melhor das protecções, *vis-á-vis* as modalidades da climatologia local.

A casinha do camponez, de palha em geral, mal coberta, mal amparada das intemperies do tempo, é ás mais das vezes pouco salubre, e se não fosse banhada por um ar perfeito, se uma brisa pura não lhe viesse continuamente beijar as paredes carcomidas e velhas, e fosse o pobre camponez obrigado por mais tempo que o ordinario a se demorar nella, accerbas consequencias não tardariam a se fazer sentir com rudeza.

Insufficientemente disposta está ao nivel do solo e sem base protectora.

Tudo é de argilla: parede, chão, etc. Pisam no exterior do mesmo modo que no interior da choupana. É se nella habitam criancinhas, vemol-as atiradas ao chão humido e frio, soffrendo, coitadinhas, todos os horrores dessa pobresa infatigavel.

Lá não ha sentinas e disso resulta um ameaço perma-

nente de immundicie especial do solo nos arredores immediatos da habitação por conseguinte não longe dos poços que a alimentam em agua e cuja organisação é das mais defeituosas. Quando ha qualquer cousa, porem, procurando imital-as é disposta de tal sorte que os escrementos caem directamente num canto do quintal junto a toda especie de monturo e porcaria. Vemos, nestas condições, que as bacterias pathogenas, achando uma temperatura favoravel, podem pullular e dão logar ao apparecimento da febre typhica da diphteria, etc.; e se estes accidentes se tornam raramente observados, devemos talvez invocar a acção destruidora de microorganismos existentes nas materias de fermentação.

A luz e o ar penetram difficilmente por aberturas em muito pequeno numero e sobretudo muito estreitas a que denominam de janellas; porem, desde a sua forma até a altura nos parecem querer levar-nos a primeira classificação e são muito felizes, quando não substituem os vidros ausentes por pranchetas de madeira ou papel oleado.

Muitas vezes, a salla da altura de um homem é unica e toda a vida interna ahi se passa. Ahi se faz a cosinha, ahi se come, ahi se dorme e para augmentar a impureza da atmosphera accumulam substancias em fermentação, como sejão: leite azedo a que elles chamam *cortado*, requeijão, fructas etc.

Facto mais curioso e interessante e que mais nossa

attenção prendeu foi o de apreciar animaes de diversas especies, participando da morada dos seos senhores.

Quem não lamenta, ante todo esse aspecto triste de miseria na habitação do pobre camponez, a ignorancia absoluta das leis de hygiene?

Elle habita pouco sua casa, lá só vae dormir e comer, quando se lhe é dado fazel-o, passando todo o seo dia entregue ao trabalho rude e penoso do campo, e só a velhice ou a molestia, carregando-o para o taboado em que dorme, accostumado a soffrer o peso do cansaço daquelle corpo, obrigam-no a sentir asperamente as faltas que se vão apparecendo, consequentes á má organisação da sua choupana.

Então são o accumulo de necessidade e a multiplicação de dôr que sangram o organismo doentio do desventurado moribundo. Quadro triste esse geralmente observado: dôr e lagrima, necessidade e agonia. O pobre chora, choram os filhinhos e chora tambem a esposa amada — choram todos de saudades, choram todos de miseria!

A molestia, sorrindo e cantando, abraça-os fortemente roubando-lhes o que ha de mais vivificante no seu intimo — o sangue vivo que lhes corre nas veias, os invade atrozmente, e a pallidez e o emmagrecimento geral de todo o seo corpo são as manifestações clarissimas de todo esse padecer horrivel, até que a morte, ahi tornada allivio, venha pôr termo a tantas desgraças.

Já que fizemos, embora succintamente, como se fosse ligeira ideia, o estudo da choupana do pobre camponez, remiremos com cuidado a habitação do pobre na cidade.

Se no campo toda a vida do pobre é seguida de tão grandes embaraços, na cidade ella é mais penosa e sua saude maior cuidado se nos apresenta.

E' a agglomeração em que geralmente vivem, compromettendo os meios naturaes, o estreitamento ou aperto de suas habitações, trazendo ou produzindo grande obstaculo á circulação, á renovação do ar e ao excesso da luz do sol, que se tornam a causa do perigo lamentavel em que incessantemente se encontram.

Todavia, se assim acontece com relação a sua saude na cidade, o ultimo suspiro que exhalam, a despedida do mundo é muitas e muitas vezes mais alliviada, devido a maior facilidade do meio em lhes prestar todos os soccorros que tão piedosamente supplicam. Assim mais facil é para os medicos offerecerem carinhosamente todo o seo auxilio, assim tambem maiores corações irmanados virão tristonhos sentir todas as desventuras que os acompanham, procurando fazer desapparecer sua causa.

A morada do pobre da cidade é ás vezes muito semelhante a do seo irmão do campo, geralmente porem ella é constituida por um quartinho com porta e mui raramente contendo uma janella.

Na do campo, como vimos, a luz e o ar penetram com

difficuldade, na cidade essa mesma difficuldade se faz sentir de modo mais rude para com elles ante o numero extraordinario de impurezas arrastadas por esse ultimo.

O ambiente que cerca o meio no qual o homem passa uma parte da sua existencia deve ser tanto quanto possivel semelhante a atmosphera exterior, no que ella offerece de favoravel á saude. Ora a morada do pobre n'uma atmosphera limitada tende necessariamente a produzir uma alteração progressiva, devido ás causas que se accumulam fontes dessa alteração nos logares habitados. — São por exemplo, a respiração com sua troca incessante de oxygenio e gaz carbonico, absorvendo o primeiro e eliminando o segundo com uma parte de vapor dagua; as funcções da pelle, determinando a eliminação de uma quantidade de vapor dagua dupla ou mesmo tripla da precedente, segundo a temperatura dos logares ou a actividade dos individuos, sendo de notar que a proporção de gaz carbonico eliminada pela pelle é despresivel, convindo em compensação tambem assignalar que as secreções sudoraes e sebaceas, sua mistura e sua maceração com destroços epidermicos dão nascimento a acidos graxos volateis e sobretudo entre as pessoas mal asseiadas a produtos de decomposicão com máo cheiro; e finalmente as funcções do tubo digestivo, dando nascimento a misturas gazozas muitas vezes nauseabundas, que constituem

essas causas physiologicas da alteração do ar nas estreitas habitações dos pobres.

Ao lado destes phenomenos que modificam sobretudo a composição chimica do ar e alteram suas condições hygrometricas ha outros, assim como diversas circumstancias, estreitamente ligadas a vida delles, que merecem da nossa parte todo o cuidado possivel por quanto são a origem da mistura do ar com poeiras entre as quaes as microbianas, capazes de constituir grande perigo. Sem duvida uma parte das poeiras do ar de suas habitações provem do ar exterior; uma outra parte porem tem sua fonte nas excreções humanas dessecadas, nos destroços epidermicos e nas impurezas arrastadas do exterior pelas vestes etc. E se o ar por nós expirado não contem quasi nenhum germen como primeiramente affirmou Tyndall e como depois confirmaram as experiencias de Straus e Dubreuilh, em compensação microbios podem ser contidos na saliva pulverisada no ar sob a forma de gotinhas no acto de tossir ou mesmo de fallar.

Demais, a ida e a vinda das pessôas, os movimentos do ar que ellas determinam nos logares destacam das superficies em que repousavam e fazem fluctuar todas essas poeiras, mineraes, organicas ou organisadas. Como podemos ver ellas representam um papel importantissimo em relação à salubridade na morada do pobre.

Ainda se faz mister trazer aqui como causa de alteração

do ar na habitação do pobre a illuminação artificial quasi sempre representada por uma candeia formada de folha de Flandes e um pavio de algodão torcido, viciando gravemente o ar, carregando-o de poeiras inertes e gazes toxicos.

Quanta difficuldade abraça o pobre, quanta miseria o persegue no estreito e modestissimo espaço em que vive!

Nelle não encontramos salubridade e bem sabemos que influencia enorme ella exerce sobre o estado sanitario de um povo. Pequenino relativamente ao numero de pessôas que geralmente o occupam, humido e frio muita vez e junto a tudo isso, sem o necessario asseio, constituindo então, um dos factores mais importantes, quer lhe favorecendo o contagio, quer pela ausencia de ar, de luz, dando lugar ao enfraquecimento progressivo do organismo, da tnberculose que não cança de fazer victimas a esses pobres infelizes, deixando em recompensa as lagrimas da orphandade e o pranto incessante, saudoso das esposas extremecidas.

Quando elles mesmos procuram construir uma casinha não respeitam nenhuma regra de hygiene, assim não procuram examinar a posição do terreno, isto é, sua situação relativamente ao meio que o cerca, sua natureza se é formado de areia, cascalho ou não, suas condições intrinsecas, suas relações com a agua, o ar, etc., tudo, pela ignorancia, passa insensivel e desse modo são

forçados a si tornarem victimas dessa casta enorme de graves molestias que surgem subitaneas quando se entregam pela necessidade aos trabalhos pesados e penosos de abrir, escavar e remoer um solo immundo como é por exemplo o solo da cidade. Surgem então molestias infectuosas, febre typhica, ictericia, paludismo, etc., atacando, já os pobres operarios, já os habitantes da visinhança, reconhecendo-se como ponto de partida a multiplicação e dispersão dos germens levados da profundeza ao ar livre ou o desenvolvimento de processos chimicos, dando como resultado a presença na atmosphera de toxinas volateis temiveis: poderia esta causa ultima ser a verdadeira quando as terras deslocadas são humidas ou se o tornam devido as chuvas que sobrevêm no curso dos trabalhos.

Como tudo de máo persegue os pobres!

Se trabalham em construir a tetrica choupana onde abriga o seo povinho lá recebe uma chuva terrivel de microbios ambiciosos procurando sugar-lhes a seiva da vida e, em troca, offerecendo-lhes toda a miseria pallida e doentia de uma daquellas affecções.

Na sua lojinha muito raramente falta, embora muito escuro, um quartinho onde descançem o corpo fatigado pelo labor diario e acanhada cosinha, de barro toda, onde se alimentam sentados em banquinhos formados de vertebra de baleia armado de tres orificios, donde pendem tres toscos supportes de madeira.

Do mesmo modo que na casinha do campo não encontramos sentina e se a percebemos vão não servir de elemento hygienico aos pobres moradores na cidade e sim lhes ser prejudicial ante toda essa immundicie putrida que della exhala.

Sua salinha é muitas vezes onde se realisa todo o seo negocio: elle enche de toda especie de fructas, de verduras, etc., esse melhor espaço de sua casa e a putrefacção de todos esses fructos, de todas essas verduras vão, infeccionando o meio, impurificando o ar tornal-o apto a soffrer às consequencias do mal que surge.

Essa quitandinha que os sustenta é invadida sempre pela poeirada infecta das ruas da cidade, carregando muitas vezes um punhado de elementos nocivos ao nossso organismo. Nelle toda especie de individuo são ou doente compra óu visita, pegando dos fructos, examinando as verduras e lá deixa ás vezes, não sei se muito innocentemente, terrivel germen que os pode levar á morte.

Nessa sequencia de factos puramente de observação que citamos podemos ver toda a verdade do estado triste a que todos nós devemos permanecer na contemplação daquellas miserias.

Tudo dos pobres é pobre e nem a arma carinhosa que elles podiam carregar em defeza da vida—o asseio, lhes pode sustentar o braço fatigado, o corpo exangue: o trabalho os priva de fazel-o, a necessidade lhes impossibilita.

ALIMENTAÇÃO

DIZIA Lavoisier que a vida era uma funcção chimica. O ser vivo, com effeito, gasta continuamente forças vivas e é por uma troca de substancias que elle pode, encontrar a fonte de energia necessaria para seu crescimento e sua conservação.

O organismo vivo, segundo a expressão de Claude Bernard, é o sitio de uma corrente de materia, que o atravessa incessantemente e o renova em sua substancia para mantel-o em sua forma. Estas mudanças arrastam forçosamente a formação de productos de reserva que devem ser eliminados por outras substancias, possuindo energia latente. Estas substancias novas introduzidas no organismo recebem o nome de alimentos.

Depois de entrarmos por esse modo em nosso segundo capitulo, invocando os mestres queridos para ornato do nosso modesto trabalhinho se nos faz mister, para maior

nitidez do assumpto dar ligeira noção sobre a alimentação geral em seo conjuncto : como ella se segura pelos diversos principios alimentares, indicar o seo papel e seo valor respectivos, assim como a proporção relativa que é util cada um delles alcançar na ração diaria destinada a entreter em todas as circumstancias a vitalidade do organismo humano.

Nós não conservaremos destas noções physiologicas senão as mais directamente utilisaveis para determinar principalmente a quota e a composição alimentar de uma ração favoravel á saude. Estas mesmas noções nos permittirão de um outro lado comprehender por onde peccam certos regimens que, já devido a sua insufficiencia ou a sua abundancia graxa, já a uma composição elementar defeituosa, exercem sobre a saude uma acção perniciosa que importa assignalar e de que é necessario saber conhecer e determinar as suas causas.

A grande massa da maior parte das substancias alimentares animaes ou vegetaes de que nós nos devemos nutrir deve ser constituida, alem de uma notavel quantidade de agua, por elementos organicos complexos — os albuminoides, os hydratos de carbono e as gorduras, chamados principios alimentares immediatos, que, depois de circularem no seio dos liquidos do organismo e fazerem parte integrante de nossas cellulas, se desagregarão, fixando oxygenio; porão assim em liberdade sua energia chimica potencial que é

utilisada pelo organismo ou sob a forma de trabalho mecanico ou sob a forma de calor, a decomposição dos principios alimentares dando logar a uma serie de perdas principalmente de agua, gaz carbonico e uréa.

Os albuminoides representam a maior parte das materias organicas dos tecidos animaes; ellas predominam muito no protaplasma cellular e no sangue; a lympha, e o leite contêm proporções consideraveis.

Os hydratos de carbono formam depois da agua a massa mais importante dos alimentos de origem vegetal em certos dos quaes (cereaes, leguminosos) sua quantidade sob a forma de amidon é de 3 a 5 vezes superior a de agua.

As gorduras se encontram em proporções eminentemente variaveis nas diversas substancias alimentares animaes ou vegetaes.

Vejamos agora em auxilio de que proporções relativas a cada um dos principios alimentares (albumina, hydratos de carbono, gordura e agua) o homem deve satisfazer suas necessidades alimentares segundo as circunstancias da vida.

Notaremos primeiro que a albumina, que theoricamente poderia por si só bastar para a conservação da existencia e da qual uma pequena quantidade é em todo caso rigorosamente necessaria, não representa senão um papel muito secundario na despeza total de energia no orga-

nismo. As pessôas afortunadas tomam por habito uma alimentação sobretudo animal, muito rica, por conseguinte, em albumina; e por um outro lado, entre estes mesmos individuos, a somma total das calorias a formar, sendo menor que a dos que exercem profissões penosas, a proporção relativa de albumina se acha ainda augmentada na ração dos primeiros, diminuindo na dos segundos. E' de pouca importancia a albumina na actividade physica; entretanto Munk observa ser util fornecer a albumina em muito grande abundancia aos individuos geralmente bem musculosos e que trabalham muito; é o melhor meio de conservar nos musculos muito ricos em albumina, o seu bom estado nutritivo e até augmentar sua massa.

Porem de outro lado o homem não poderia se nutrir exclusivamente de albumina.

No que se refere aos hydro-carbonados temos a dizer que essa é a alimentação que deve ser preferida pelo trabalhador pobre, pelos operarios, porque é ella que fornece sempre a maior parte da energia gasta pelo organismo. As gorduras, encerrando quasi sempre, em massa igual, uma energia potencial muito superior a aquella que poderia ser cedida pelos outros principios alimentares, constituem evidentemente um recurso precioso, quando a quantidade da ração diaria torna-se tal que chegue a ser muito volumosa para nosso apparelho digestivo.

Demais, a actividade muscular augmenta a destruição da gordura dos tecidos do corpo e desde que nestes a gordura diminue a albumina tende a diminuir egualmente: d'onde uma dupla utilidade na elevação da ração de gordura, quando o trabalho fornecido se torna bastante intenso. Com o frio a decomposição da gordura augmenta tambem até na proporção de um terço para mais que n'uma temperatura média; está claro pois que nos climas frios devemos dar gordura com uma certa abundancia, porque é o melhor meio de fazer armazenar pelo organismo uma gordura muito util em sua qualidade de corpo máo conductor do calor, para diminuir a perda de calorico, resultante do abaixamento da temperatura ambiente. Convem notar que não se pode ingerir senão com a cento e cincoenta grammas de gordura por dia.

Em resumo, a ração diaria do homem deve ser mixta e será approximadamente constituida por 100 a 110 grammas de albumina, 500 grammas de hydro-carbonados, 56 grammas de gordura.

A sua composição essencial ainda comprehende uma quantidade d'agua que sobrepuje muito a proporção dos principios alimentares fundamentaes e que não é menos indispensavel que elles.

A agua representa um meio necessario no ponto de vista da nutrição. O corpo humano a contem em cerca de 64 por cento de seu peso; no repouso perde normalmente 2240

grammas por dia e até 3000 grammas sob a influencia do trabalho, por conseguinte da intensidade da evaporação pela pelle e pelos pulmões.

E' necessario compensar esta perda enorme, o que se dá com o auxilio das substancias alimentares e das bebidas.

Ainda que estes principios, albumina, hydro-carbonados, gorduras e agua, representem a parte mais importante no duplo ponto de vista quantitativo e qualitativo da ração diaria, outros encontramos mais ou menos determinados e que seriam tambem necesarios a conservação da vida, ainda que estes elementos possam ser considerados como accessorios, em razão da quantidade minima sob a qual basta de ordinario que cada um d'elles seja fornecido. Assim é que nós encontramos, embora em pequena quantidade, materias organicas azotadas mal conhecidas, as nucleinas, as lecitinas, etc. as peptonas e as gelatinas, susceptiveis de ser consumidas em quantidade muito superior ás precedentes; emfim, o homem absorve ainda um certo numero de substancias de natureza variada, cujo valor alimentar é ao menos duvidoso ou em todo caso muito especial, em vista de que elles são incapazes de por si proprios satisfazer as necessidades nutritivas do organismo. Neste caso, estão o café, o alcool, o chá, o caldo, etc.

A alimentação pode peccar por excesso ou por falta; comprehendemos, pelo que dissemos precedentemente, que sempre observamos menos a superabundancia ou a

insufficiencia absoluta do conjuncto dos elementos nutritivos, que a superabundancia ou a insufficiencia de um só principio alimentar em relação a quantidade sob a qual elle deveria ser racionalmente fornecido. Todos estes defeitos dão lugar a perturbações da saude algumas das quaes muito delicadas passam ainda mal conhecidas.

A alimentação superabundante é só realisada por alguns individuos.

Na pratica é ás mais das vezes a albumina que é tomada em excesso; quasi que ella não é fixada pelo organismo, porem sua destruição arrasta uma economia correspondente na utilisação dos outros principios alimentares que são então postos em reserva no seio dos tecidos sob a forma de gordura. Essa alimentação é uma causa de accumulo de gordura nos individuos cujo poder funcional tende a diminuir desde que ella attinja um limite superior, onde começa a obesidade.

Em resumo, um individuo moderamente gordo, parece gozar de excellentes condições geraes: supportará mais facilmente um trabalho prolongado e por mais tempo a inanição que uma pessôa magra: porque a existencia da gordura é uma garantia contra a decomposição da albumina do organismo, isto é. contra um deperecimento muito rapido em presença de circunstancias desfavoraveis.

No que toca á alimentação insufficiente, que obriga o organismo a receber da gordura e da albumina dos seus

proprios tecidos a energia indispensavel á vida, não nos occuparemos da inanição completa, facto accidental cuja terminação regular desde que se prolongue algum tempo é a morte do individuo, e insistiremos antes sobre a alimentação insufficiente propriamente dita, produzindo um estado especial no organismo susceptivel de se manter tão bem quanto mal durante um longo periodo. As pesquizas physiologicas nos ensinam com effeito que em egual caso ha adaptação do organismo a seu regimem defeituoso.

Esta situação produz um incontestavel enfraquecimento na vitalidade do organismo, o qual se acha em summa, em estado de miseria physiologica, e como tal pouco apto ao trabalho assim como particularmente sensivel a uma multidão de causas morbigenas. E' o que se observa nesses pobres em geral sujeitos a fome, dizimados pelas molestias infectuosas, principalmente pelo typhus que, por esta razão foi outrora designado sob o nome de febre da fome ou de typhus famelico, e pelo escorbuto.

Finalmente os famintos ingerem toda especie de substancia de valor alimentar duvidoso, muito capazes de lesar as vias digestivas e introduzir na economia germens pathogenos muito diversos contra os quaes elles não poderão reagir: donde a diarrhéa e infecções multiplas.

Depois de mostrarmos os elementos indispensaveis ao organismo, seus effeitos e suas faltas, principalmente ao

organismo do pobre cujo trabalho mais forçado supplica, uma alimentação mais forte, mais abundante, indiquemos de onde levam elles todos aquelles principios alimentares tão uteis á sua saude.

E' da carne, do leite e seos derivados, das outras gorduras de origem animal, dos ovos, das substancias de origem vegetal, comprehendendo as farinhas diversas, legumes de todas as especies, fructas, dos condimentos, das preparações e combinações dos alimentos, etc., das bebidas, finalmente.

As carnes utilisadas pelo pobre, são especialmente a carne do boi, a chamada carne do sertão e a dos peixes.

Já não se fazia mister dizer que ellas possuem todos os elementos necessarios á conservação da vida porquanto um grande numero de animaes existe que são carnivoros.

Todavia, a proporção em que estão estes elementos não correspondem a ração theorica do homem.

Como sempre dissemos é para lamentar o estado em que vivem estes pobres; assim presenciamos o modo porque se sustentam e attonitos ficamos ante o organismo de ferro que possuem: tanta miseria, tanta falta de hygiene no que deviam ser mais puro, no que devia ser mais limpo—seo alimento.

Sabemos, que, no ponto de vista hygienico, a carne pode ser salubre e insalubre e que difficuldade geralmente se nos apresenta a sua distincção, quanto mais ao pobre a quem

ainda não lhe ensinaram a conhecer o perigo que podiam offerecer, quer proveniente de animaes attintos de molestias infectuosas bem conhecidas transmissiveis ao homem, como o carbunculo e a tuberculose, quer de animaes invadidos por grandes parasitas: tenias, trichinas,. etc.

A carne do sertão é sempre encontrada exposta á venda no balcão immundo da taverna e é ahi muitas vezes que está a fonte e a origem de todas aquellas molestias, contaminadas as carnes pelos insectos que pousam a toda hora, maximé essas moscas nojentas que nos importunam sem cessar.

Não nos devemos admirar disso porquanto sabemos que ellas vagueiam aqui e alli, pousam em fézes, em escarros dessecados, emfim em toda especie de immundicie, e depois vão levar o germem assassino á carne de que faz uso essa gentinha digna do nosso pranto.

Outras vezes porem, a causa vae mais alem e então devemos attribuil-a á animaes usados, doentios e magros, repugnando a todos geralmente e ahi descança a razão de não se alimentarem os ricos com essa carne tão gostosa— o presunto do caipira.

Nas bandas da nossa terra já assolava de modo barbaro a terrivel febre aphtosa no gado até esses ultimos mezes e bem podemos avaliar o estado em que se achavam aquelles miseraveis na necessidade muitas vezes de provarem de uma carne donde conheciam que iam receber

o mal. Quanto se nos doi isso, quanto se nos confrange o espirito!

Nessa classe de gente è que tudo se dá, ella é que está exposta pela necessidade a todas essas desgraças; e quando, por acaso, guardam alguma cousinha que encontram, uma fructa ou um mimo qualquer em alimento, contentes levam quasi sempre o germem da morte para o intimo do organismo quando julgam deixal-o satisfeito.

Nas carnes de peixe são os pobres mais felizes, devido ao largo conhecimento que delles possuem, evitando muitas vezes a garra de um terrivel morbus esfomiado. Porem a necessidade, os acompanhando e perseguindo, os obriga a se alimentarem do seo peixe verdadeiro a que elles chamàm «o peixe do pobre» o bacalhau, salgado em conserva, e podemos comprehender dahi o mal que os pode assaltar traduzido quasi sempre n'uma gastero-interite aguda ou levado, por um meio explorativo, a uma falsificação ou falta de cuidado imperdoavel, podendo então offerecer um estado de alteração nocivo ao organismo do pobre.

Não é para suppor que o pobre leve esses alimentos em estado supportavel pelo organismo, soffrendo mais ou menos o calor de uma temperatura propria para sua desinfecção, e sim que ás mais das vezes são elles conduzidos como se encontram á venda, passando ou não por ligeira lavagem em vaso immundo, que bem podiam dis-

pensar, pois vae augmentar o numero de microbios vagabundos que nelles vegetam.

Comprehendemos, desse modo, a facilidade extrema da manifestação de uma daquellas molestias acima citadas.

Quanto aos outros alimentos elles experimentam essas mesmas desventuras. Assim a farinha do pobre — é inteiramente prejudicial. Grossa e muito suja, fazendo lastima até se ver, é introduzida no organismo com a satisfação de quem se alimenta da melhor e da mais pura. Nella não encontramos somente poeira de toda especie e mais ainda um grande numero de pequeninos insectos que ahi fixam sua morada até que a mão do homem venha fazel-os desapparecer. E é muitas vezes nesse estado mesmo que elles a recebem como alimento — secca e cheia de impurezas.

Raros são os que se alimentam de pão pela manhã, como almoço e pelo trabalho a que se destinam recebem em substituição essa farinha secca ou molhada com um pedaço de carne ou bacalháo.

Depois de assim fallarmos sobre as substancias solidas que fazem parte da alimentação do pobre, estudemos ligeiramente as substancias liquidas de que elles se utilisam.

A agua — elemento indispensavel ao homem é necessaria para conservar a composição normal dos tecidos e humores do organismo dos quaas ella mesmo faz parte

integrante, serve para satisfazer a sêde e para facilitar a ingestão e absorpção dos alimentos.

Tudo isto se refere porem a uma agua em bôas condições de hygiene — uma agua potavel emfim.

E' tambem muitas vezes o vehiculo de um grande numuro de agentes morbigenos e paira ahi a razão pela qual devemos exigil-a alheia a toda especie de elementos desorganisadores.

Lançando porem a questão para a gente que estudamos, vamos ver, do mesmo modo que para toda sorte quasi de alimento, seu organismo mais ameaçado, mais sujeito a todas as consequencias de uma affecção qualquer e em nenhum caso mais digno de commiseração se patenteia a falta de recursos do pobre como sendo sua causa mais predominante talvez — principalmente os pobres da cidade.

Os do campo mais facilmente provam de uma agua salutar quando, por exemplo, a buscam n'um tanque ou fonte, onde ella se acha em repouso, sem o movimento dos rios e dos regatos, *agua dormente* chamada em opposição e estas que são correntes, offerecendo menos materias em suspenção que estas e que são muito rapidamente precipitadas por decantação á favor mesmo do estado de repouso das aguas.

Todavia porem, por indolencia ou não, soffrem do mesmo modo que os da cidade seus resultados infelizes.

Assim um e outro procuram quasi sempre recolher

toda a agua de chuva e se torna então indispensavel qualquer outra para o gasto da casa.

Ora nós que sentimos sempre os males que surgem provenientes dessa agua que se diz potavel e de que nós. nos servimos diariamente, males representados já pela dysenteria, molestia que não cessa de succumbir victimas e de grassar em nosso meio já por outra qualquer como —a febre typhica o colera e essa sequencia de molestia arrastadas pela agua e que ainda assim pagamos a quantia exorbitante de doze mil reis mensaes (12$000) para recebel-as não devemos ignorar o estado em que se acha toda a gente do pobre provando daquellas que são recebidas das bicas dos telhados das casas, immundos e infectos, em vasos onde se banham muitas vezes ou em cisternas, donde tiram para toda sua necessidade.

Não dispensam em geral como aconselham os mestres as primeiras camadas dagua, devido a serem estas as que maior numero de germens nocivos arrastam, e recebem-n'as de misturas com as outras e ás vezes antes de cahir a chuva, quando sentem seo ameaço, já os preparativos estão promptos e levam innocentes para a intimidade do seo corpo uma cadeia enorme de elementos prejudiciaes.

Não queremos dizer com isso que elles só se alimentem das aguas da chuva porem que quando conseguem obter outra comprada nos barris ou nas latas expostas ao ar são

em tão pequena quantidade e tão mal conservadas que merecem quasi o mesmo valor que aquellas.

Alem da agua, bebida natural, sempre sufficiente para satisfazer a sêde, isto é, para restituir a economia toda a quantidade de liquido que ella perde sem cessar e que tem necessidade de substituir o pobre faz uso de um certo numero de bebidas artificiaes, alcoolicas ou não, das quaes a agua é ainda o elemento fundamental, porem que contem de mais substancias dotadas de propriedades mais ou menos estimulantes do systema nervoso.

Desse modo vemos o café fazendo parte de sua alimentação, não usando senão muito raramente o chá, principalmente como meio therapeutico, com as folhas da laranjeira, da pitangueira, do sabugueiro, etc., etc. e nunca o chocolate.

Das bebidas alcoolicas é a aguardente de canna quasi a unica de que se utilisam por corresponder mais á sua falta de recursos.

Os pobres acostumados a trabalhar no campo ou na cidade, em labores duros, crueis, recebendo o calor ardente do sol, sentem necessidade de um estimulante e lá vão matar a sêde nesse germem da embriaguez, tão feroz, tão forte como um outro qualquer — a cachaça.

Dahi nasce o abuso dessa bebida intoleravel.

E' a embriaguez tão commum nelles obrigando-os a commetter barbaridades até no proprio seio da familia — dando

na mulher, maltratando a criancinha, sua filha e mais uma sequencia de factos tristes que peza-nos descrever.

Assim tantas vezes observamos o pobre que sae para comprar o alimento diario — sua farinha, sua carne — e lá vem naquelle estado penoso, deixando-as pelo caminho como se ainda fosse mais um escarneo da desgraça para com aquelle miseravel. A mulher o recebe n'uma timidez sem egual — os affectos da filhinha são recebidos por fortes choques que elle lhe dá, lançando-a por terra as vezes, podendo emfim mais do que isso tudo effectuar e desse modo não é a vida e sim a verdadeira morte no regaço intimo de uma familia.

Almas desgraçadas — que peito de brazileiro não sente o teo padecer?

Outras vezes é aquella mesma bebida ensinando a praticar cousa mais horrenda, facto triste ante um mundo civilisado — o crime — e bem vivo repousa em nosso espirito os que têm se dado ultimamente em nosso meio.

Outras vezes não é a cachaça somente que lhe vae maltratar o corpo, porem um conjuncto de substancias que por exploração lhe são associadas por esses gringos de taverna como sejam: a pimenta, a arruda e sobretudo o tabaco, produzindo o verdadeiro envenenamento dos pobres.

Ora quem não conhece o prejuizo que traz todos esses excitantes temiveis em certa dóse? Quem não conhece suas dolentes consequencias?

O habito que os pobres adquirem de beber a cachaça pode ser attribuido já ao trabalho a que são destinados, já a sua falta de recursos: elles chegam em casa nem agua, nem outro alimento os espera, bebem-n'a então julgando saciar a fome e a sêde e os acompanha muitas vezes quasi toda a sua familia.

Impossivel seria desenrolar aqui toda a triste scena que succede a isso.

Quantas almas innocentes se tornam muitas vezes culpadas, quanto organismo são se torna doentio, quanta moral se desorganisa!

Agora que culpa digamos francamente têm esses infelizes em serem assim tão facilmente explorados por esse numero extraordinario de immigrantes, visitas dispensaveis e prejudiciaes porquanto só vêm contaminar o nosso meio, ser o transmissor até de molestias a um certo ponto alheias a nós ou arrancar-nos tanta preciosidade em tantas almas nas falsificações de seos productos?

Elles fracos que reação poderão fazer?

Tudo ignorando como poderão conhecer o veneno numa daquellas preparações, onde julgam que seo contagio lhes vae dar perfume e gosto?

Bem se vê que é da alçada dos medicos que todo esse cuidado depende.

Mas esses só vão procurar conhecer o mal para apazigual-o quando elle se faz sentir não empregando de

d'antemão os recursos da sciencia para impedil-o que surja.

E toda sua investigação é ás mais das vezes imperfeita e incompleta.

Assim procuram examinar se não existe deposito d'aguas estagnadas nos qnintaes falta de asseio no exterior das casas e até nos habitantes descurando-se por completo da cosinha onde quasi sempre encontramos alimentos em decomposição e de pessima qualidade.

Já que abordamos em assumpto tão delicado digamos mais uma verdade estendendo um pouco a nossa critica.

As nossas Camaras mais geralmente se entretêm com impostos e multas e com esses elementos monetarios nos grandes centros ellas têm medico e engenheiro hygienista. Entretanto os medicos peccam como vimos por aquelle modo e os engenheiros por sua vez preoccupam-se em ver se a choupana ou casebre do pobre está em condições architetonicas, ou em regras rudimentares de construcção rustica o que é completamente irrisorio e contraproducente ante os fins que os levam ahi; esquecem-se por completo que a fonte perenne da falta de hygiene no exame que devem fazer está no sub-solo, nas condições estaveis de contrucção, na dimanação consequentemente má delle e a falta de estabilidade resulta humidade e má disposição dos habitantes.

Demais, causa-nos pasmo ao entramos n'um casebre do

pobre e visitando o seo quintal observamos que a sentina está num nivel superior aos poços que fornecem agua.

Que perigo então tudo isso offerece ao pobre proletario não só movido pelo desleixo daquelles scientistas como tambem pelas suas rudes consequencias.

Assim toda especie de molestiàs que lhe é propria vaga desassombradamente, barbaramente, levando ás vezes toda sua miseranda familia.

Aqui fica leve resumo da alimentação do pobre — má e viciosa, e nessa ligeira synthese de observações — o remate do nosso segundo capitulo.

VESTUARIO DO POBRE

De tudo que dissemos só reflecte miseria, desvendando esse capitulo havemos de notar nessa mesma capa, nesse mesmo manto todo envolto o nosso pobre.

Elle é sempre carregado de filhos e comprehendemos quão difficil ou mesmo impossivel é fazer economias que cheguem para o seo alimento e para as vestes com que deve proteger o seo corpo.

Comtudo todo o pequeno lucro do seo esforço, do seo labor é gasto de preferencia em seo alimento e nisso reside uma differença enorme entre elle e uma parte da nossa sociedade, que convem aqui lamentar, que abandonam a bôa alimentação para patentear grandezas nas joias e adereços que deixa transparecer nos ricos vestidos que garbosamente ostenta: — vicio de um povo que não conhece o mal, ventura, pela necessidade, de um outro que não conhece o bem!

Quem entrar num casebre e procurar curioso conhecer todos os quadros da miseria humana, não se demorará silencioso, não deixará occulto no seo intimo, o canto de piedade, frio e baixo porem doce, surdo e dolente como se fosse eterno gemido de compaixão para com tudo que se nos depara. Soltaremos um suspiro significativo e se somos crentes, imploraremos bençãos divinas para toda aquella gente, haveremos até de julgal-a cançada de tanto padecer e arrancaremos as economias que possuirmos offerecendo-as em soccoro, como que invejando aquella vida.

Assim que alma viva não permanece condoida, vendo a criancinha, pequenina ainda, desprezada núa a um chão feito de argilla, coberto inteiramente de pó, levando-o quasi sempre á bocca, donde o vicio, de mistura com o biscoutinho que lhe dá a mamã para disfarçar a fome? Vendo andrajos servirem de enxoval do seo leito, vendo farrapos cobrirem o corpo de sua pobre mãe? Percebendo a séde da tuberculose, da lepra, da sarna tão commum naquelles pobresinhos, da ankylostomiase e de toda essa pleiade abundante de affecções temiveis ao homem para com os seos delicados organismos tão susceptiveis de contrahil-as? Quem?

Nas observações que fizemos não tardou de apparecer um quadro pratico que fosse ou servisse de comprovação ao que ficou dito: entramos numa choupana do campo e lá se nos recebeo toda a familia do camponez; —tinham

todos a phisionomia doentia, dos paes aos filhos, que eram distribuidos a maneira de uma escala, havendo em meio delles alguns que pareciam gemeos; ficamos tristes e penalisados ao vel-os tristes e amedrontados, procuramos acaricial-os, fizemos-lhes algumas perguntinhas de agrado e respondiam humildemente com a cabeça semi-curvada com palavrinhas soltas e mui-baixinhas; prolongamos a nossa curiosidade e fomos saber dos seos progenitores que elles soffriam de *sessões.*

Lá já não era a fome, aquellas almas necessitadas já não choravam o pão, era a necessidade de uma protecção ao seo corpo, um amparo nas vestes que lhe faltavam.

Mais tarde porem, depois de ligeiro exame, já se faziam sentir todos os symptomas de uma intoxicação palustre: dormiam nusinhos e mal cobertos e ahi está a sua causa na maior facilidade da inoculação do germem.

Ora quem tudo isso aprecia, quem observa tanta cousa, quem vê o humano desapparecer sob o peso de tanto soffrimento e miseria, parecendo-lhe o mundo crudelissimo martyrio, quem sabe que alguns dos seos filhinhos já foram roubados pela traiçoeira mão desse mesmo morbus, não se entrega tambem a rude melancholia de um soffrer?

A veste com que nos cobrimos é destinada a evitar que a superficie cutanea do corpo não se ache em relações muito directas com o meio exterior, esta circunstancia

sendo susceptivel de arrastar ás vezes para o organismo consequencias nocivas ou simplesmente desagradaveis. Podemos esperar uma attenuação dessas consequencias, quando os phenomenos que lhe são oriundos devem exercer sua acção atravez da veste interposta entre a pelle e o meio ambiente. E' assim que as vestes nos offerecerá uma certa protecção contra diversas acções mechanicas e, sobretudo contra as condições thermicas ambientes, ás quaes são devidas as variações incessantes da perda de calor que se effectua normalmente por irradiação, conducção e evaporação ao nivel da pelle.

Vemos, desse modo que a veste é essencial a todo o corpo; ora o organismo nú quanto poderá soffrer?

As criancinhas mais mimosas e delicadas no seo corpo como poderão viver sem veste ante as mudanças da temperatura do nosso meio? As pobres porem soffrem o frio do mesmo modo que experimentam o calor — núas ou quasi núas, e n'esse caso é um camisolinho ralo e fino na sua espessura que lhes guarda o corpinho.

Deviam usar roupinhas de lã ou mesmo de algodão — melhores conductoras de calor, por conseguinte melhores protectoras do seo corpo na occasião do frio, reservando aquella para o tempo de verão.

Os pobres porem não fazem distincção de veste em clima algum utilisam-se geralmente de tecidos rispidos corres-

pondentes ás suas posses — o torórò, a bulgariana, de predilecção, quer faça frio ou calor.

Convem assignalar ainda que muitas vezes as vestes vão-lhes fazer padecer o organismo quando elles a conservam molhadas no corpo, produzindo um resfriamento anormal alem de outros embaraços á circulação, prejudicando a evaporação do suor.

Quem ignora os effeitos maleficos de tudo isso? Quem não tem visto muitas vezes apparecer nelles um conjuncto de gravidades todo dependente daquelle estado? Quem não vê a pneumonia despontar n'aquellas almas bemfazejas, ahi se demorar, podendo dar logar a temivel tuberculose tão commum nessa gente?

Todos nós conhecemos os effeitos do frio para com o nosso organismo, todos nós sabemos quanto elle enfraquece seo poder plagocytario,—arma forte que quebra mas não enverga, que se destroe mas não desapparece ante as asperezas de um morbus, elemento vivo de defeza do nosso corpo.

Muitas vezes o estado em que elles se acham —com vestes estragadas e mal asseiadas, ou mesmo despidos, como geralmente andam as criancinhas pobres, pode facilitar o apparecimento de alguma molestia contagiosa e não estamos muito desaccostumados a ver exemplos destes.

Assim a sarna surge de modo rapido, grassa em toda

sua plenitude no corpo sem asseio da criancinha pobre, podendo ahi permanecer por muito tempo, penalisando-nos ante o modo nojento porque se manifesta.

Do mesmo modo que a sarna todas estas molestias de pelle em geral apparecem viçosas quando se plantam n'um corpo sem a necessaria hygiene.

A necessidade de veste naquelles organismos porem de veste sã que proteja bem o seu corpo ainda se faz sentir em muitas outras molestias de natureza diversa.

Das molestias internas por exemplo assume a cathedra, entre todas as suas companheiras, o paludismo fructo amargo do hematozoario de Laveran — molestia infatigavel nos pobres principalmente nos do campo onde o accumulo de aguas estagnadas a faz grassar de modo barbaro.

Desde a sua origem devido a maior facilidade do mosquito portador do germem picar o corpo nú ou semi-vestido e inoculal-o até os ardenles periodos apyreticos aquella necessidade se faz sentir extraordinariamente. Ainda mais esses periodos são sempre seguidos de um frio intensissimo muitas vezes até com tremor, e quanto sente o pobre em não poder como os seus irmãos favorecidos pela natureza proteger o seu organismo com vestes que o privem de tanto padecér!

Do mesmo modo que no paludismo a sentimos em todas as molestias que apresentam semelhante causa ou semelhante symptomas.

Depois de assim nos referirmos sobre o vestuario do pobre, mostrando seo fim, sua necessidade e os inconvenientes de sua falta etc. etc., tornemos patente tambem, n'uma ligeira observação comparativa das vestes dos seos afortunados irmãos, o que de benefico e superior elles, embora innocentemente, conservam relativamente as destes.

E' no espartilho, por exemplo, onde as senhoras em geral, no modo porque usam, procuram modificar, n'uma concepção extravagante, o aspecto natural das suas formas, tornando principalmente mais delicada e bella a sua cintura, fazendo parecer mais desenvolvidos os seos quadris e as regiões peitoraes, onde o espartilho é quem sustenta os seios; tudo differente do modo porque se fazia mister usal-o, tudo diverso do que nos recommenda a sã hygiene.

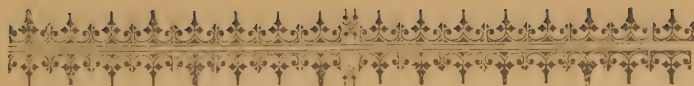
A mulher pobre delle não se utilisa, não só porque o não pode como tambem porque o peso do seo trabalho a veda de imitar todo esse povo são na apparencia, soffrendo porem no intimo.

E' no uso continuo desses sapatinhos delicados, fininhos e elegantes, forçando o pé a tomar uma forma diversa ás mais das vezes da natural, maltratando-o em demasia, embora tudo procurem disfarçar, só com o intuito de seguir a moda do dia.

Os nossos pobres não os possuem e quando delles se servem é de modo que não lhes vão fazer soffrer.

Como estes exemplos tão geralmente por todos observados vão-se apparecendo muitos outros, já trazidos pela moda que tanto exageram, já pelo desejo de possuirem o espirito inventivo, cousa muito commum em nosso meio.

Onde encontrarmos tanta cousa nos nossos pobresinhos, nelles que nem essa moda possuem para lhes servir de distração, como succede aos seus bemaventurados irmãos?

Ella para elles é immutavel e unica — o trabalho.

LEVES CONCLUSÕES

ALGUMAS paginas já passaram, algumas linhas já foram escriptas em referencia a esses empobrecidos da natureza e foram e serão sempre ellas as nossas lagrimas de piedade contra esses esquecidos da misericordia do mundo, contra toda essa gentinha que tão de bom grado estudamos.

Descrevemos, como se nos foi possivel, a sua habitação, a sua alimentação e o seo vestuario; aqui resolvemos alongar o nosso estudo com mais esse capitulo, onde como os outros, é mais um gemido do intimo de nossa alma em favor d'elles, é mais um sacrificio de um cerebro incipiente que se esforça em pedir venia a todos que lhe derem a honra de uma leitura.

Demais, não bastaria um esforço, embora acurado, não bastaria esse livrinho para conter toda sua descripção e se fazia mister uma infinidade de linhas, periodos, capitulos e quiçá tudo isso ainda não podesse fazer completo o seo estudo.

Pelo que, não era o nosso esforço, não eramos nós que haveriamos de carregar a tola presumpção de querer fazer em tão apoucadas linhas o estudo completo dos desafortunados da terra.

Tocamos nos capitulos precedentes no que principalmente lhes era prejudicial e nocivo, vimos o quanto de miseria vagueia no regaço intimo daquelle povo, fallamos em tudo que lhes desorganisa o espirito, desfallece a alma, enfraquece o organismo e destroe o seo corpo, estudemos aqui o pobre civilisado, o operario liberto, desvendado das trevas em que vive, dessa nuvem annegrada que lhe priva de conhecer o bem, dos vicios que lhe corroem o espirito e o corpo, todos elles innocentemente quasi que só devido, a falta de hygiene, gozando do conforto a que tem direito e em que essa mesma hygiene representa su'alma viva.

Imaginemos assim eliminadas as choupanas, desprezadas as lojas e ficarão elles por ventura entregues ao desprezo e ao abandono rude e vicioso?

Não.

Estabeleçam-se as villas operarias nas cidades, que nos centros adiantados já existem, e no interior, para a lavoura, haja vista os grandes centros agricolas dos paizes adiantados da Europa, onde o colono nada mais é do que o sertanejo conhecedor do que lhe é devido pela sociedade e não se sujeitando a esse systema de completo abandono

em que se acham os nossos pobres que só o são por viverem na ignorancia.

E para provar todo esse adiantamento dos colonos extrangeiros podemos trazer á balha o sertão do Brazil, onde elles exigem parte de remuneração do seo trabalho para toda sua permanencia naquelles logares e onde desde a habitação até a alimentação tudo está sobre as regras empiricas da hygiene.

Citemos assim o Sul do nosso paiz — Rio Grande, Santa Catharina, Paraná e S. Paulo, para onde a corrente immigratoria extrangeira é enorme. Nos tres primeiros estados ella é quasi que exclusivamente germanica e no ultimo italiana. Observamos que essa gente conforme foram em seos paizes lavradores ou operarios, habitantes das cidades ou do interior, desse ou daquelle lugar, exigem, firmados em seos contractos e apoiados nos poderes locaes por intermedio dos seos consules respectivos, as suas installações e a sua alimentação, sob as regras da hygiene moderna.

Dahi a criação das villas operarias e dos burgos agricolas ou casas de colonos:

— As primeiras, construidas nos centros das cidades, sob a inspecção de engenheiro e medico competentes dão aos pobres conforto economico e hygienico; as segundas sob as exigencias dos colonos forção os fazendeiros a cons-

truir vivendas cujas disposições geraes offerecem salubridade aos habitantes.

Quanto a alimentação desde que aqui chegam, protestando contra a nossa por demais farínacea, accompanhada ás vezes de carne empobrecida de elementos chimicos alimentares, que bem poder-se-hia descrever em duas palavras *pau e côro*, obrigam os governos e directores ou, digamos melhor, exploradores do braço proletario a completa reforma regularisadora, fornecendo-lhes carne verde, legumes e pão.

Descrevamos rapidamente as villas e burgos operarios: as primeiras, haja vista S. Paulo, são construidas em solo enchuto ou drenado, geralmente um quadrilatero dividido ao centro por uma rua macademnisada, marginada por casinhas ou grupos de duas casas em toda sua extenção. Ellas são separadas entre si e das linhas lateraes dos fundos, de maneira a terem franca ventilação. Com 0,m60 a 0,m80 de embasamento, são todas soalhadas e seos porões ventilados. As suas divisões internas são geralmente para familia de 5 a 6 pessôas.

As sentinas para homens e mulheres formam um só grupo isolado das habitações, o banheiro e o tanque para lavagem de roupa outro grupo, tudo servido por agua canalisada e esgotos, e o lixo que é transportado para fóra diariamente é depositado em compartimento especial e desinfectado diariamente. As visitas medicas domiciliares,

em suas inspecções semanaes, fiscalisam e aconselham então as prescripções hygienicas que os habitantes devem ter nessas installações habitaveis.

Os burgos, em grande escala, ou sejam em pequena, as colonias das fazendas do sul, forçados pelas circumstancias já referidas estão geralmente sob as regras da hygiene applicada á vida campezina; nas margens do valle em cujo *thalweg* geralmente serpeia uma aguada, são construidos como as villas operarias, com menos aperfeiçoamento nos detalhes, os espaços de uma para as outras sendo bem maiores de maneira a fornecer, em volta, terreno para o plantio de legumes, procurando sempre as aproximações das vertentes dagua, olho dagua chamado, cujo liquido crystallino e puro constitue o precioso e potavel pois que as aguas que correm ao fundo do valle servem apenas para as necessidades grosseiras, para os animaes de suas criações, para transporte e para a sua picicultura.

Nada mais aprazivel do que se visitar mesmo em dias torridos esses nucleos coloniaes ou habitações dos proletarios do interior, onde a natureza sorridente emmoldura este conjuncto de seres felizes, cheios de saude, e onde o proprio ar é puro graças a ordem e hygiene campezina.

Depois que por meio desta descripção mostramos as vantagens nunca desmentidas de semelhantes soccorros, amparos celestiaes reflectidos delicadamente nesses

corações que tambem são humanos, façamos mais claro reviver aqui a influencia desse progresso sobre elles.

Imaginemos os nossos pobres, todos, fortes no organismo, illuminados os cerebros do mesmo modo que os seos co-irmãos dos paizes adiantados, com a sã hygiene, base de todo o progresso humano, alheios a todo aquelle espirito rotineiro, que os obriga a fazer do dia de hoje o de hontem e do de amanhã o de hoje, creando e imaginando mesmo, e então, não nos fatigariamos em comprehender o quanto de benefico e superior nos traziam todos aquelles braços fortes, sem o peso da molestia, da fome, da miseria emfim, que os enfraquece, definha e aniquila.

Felizmente já o nosso lamento não se prolonga em todo o torrão querido do nosso Brazil, porquanto a observação nos ensina que um pedaço já se vai illuminando com o facho sublime do progresso, fazendo-o descançar sobre o tablado da civilisação.

E' S. Paulo, e Santa Catharina, Paraná e Rio Grande, onde as fortunas, por assim dizer, não existem e onde entretanto a pobreza miseravel se nos é desconhecida. Todo esse pedaço é sul; no norte, porem, o diverso se nota, o soffrimento ainda é permanente por ser o pobre de lá genuinamente brazileiro.

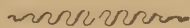
São exemplos de povos que dia a dia progridem e que

não podiamos entregar ao olvido, nesse leve esboço de observações.

Hoje que o illustre titular da pasta da Industria está cogitando do povoamento do sólo, hoje que os paizes mais civilisados estão com as vistas voltadas para o nosso Brazil, confessemos que é mais que falta de patriotismo é falta de humanidade, o completo abandono em que temos collocado o pobre do Brazil, aquelle que nos fornece tudo, aquelle que já foi até escravo em nosso paiz e que entretanto foi e continua a ser a fonte perenne das nossas riquezas e das nossas grandezas.

O contraste em nosso paiz é duro entre o proletario extrangeiro e o nacional. Um que exige o que lhe é devido outro que é explorado em sua ignorancia.

Não é um grito de revolta que deixamos nestas modestas linhas será antes um appello humanitario aos corações empedernidos pelo egoismo ou commodismo.

Smile diz — que a razão é filha do corpo são, accrescentemos que a hygiene é a mãe da sociedade sã.

PROPOSIÇÕES

Tres sobre cada uma das cadeiras do curso de sciencias medicas e cirurgicas

PROPOSIÇÕES

ANATOMIA DESCRIPTIVA

I

O figado acha-se situado na parte superior da cavidade abdominal, abaixo do diaphragma e acima do estomago e da massa intestinal.

II

Occupa quasi todo o hypochondrio direito, invade o epigastro e se estende até a parte mais elevada do hypochondrio esquerdo.

III

Nesta posição elle é mantido pela veia cava inferior, pela umbelical ou pelo cordão fibroso que a substitue no adulto e por sete dobras do peritoneo, designadas sob o nome commum de ligamentos do figado.

ANATOMIA MEDICO-CIRURGICA

I

O tendão do musculo biceps, a arteria humeral e o nervo mediano estão situados no mesmo nivel, na porção inferior do braço.

II

O tendão e o nervo mediano, que se representam por cordões arredondados, distinguem-se pelo volume e pela côr; sendo que aquelle é mais volumoso e possue uma côr branca mais brilhante que este.

III

O primeiro forma com a sua expansão aponevrotica uma especie de gotteira para o alojamento da arteria humeral.

HISTOLOGIA

I

Os feixes musculares estriados compõem-se de membrana envoltora —*sarcolema*—, de nucleos a este envolucro subjacentes, de protoplasma e de substancia contractil.

II

O *sarcolema* é uma membrana difficilmente visivel pela sua transparencia e delgadeza extrema.

III

Está ligado á substancia muscular em determinados pontos apellidados discos delgados.

BACTERIOLOGIA

I

Quando as bacterias que são hospedes constantes do nosso corpo encontram-n'o enfraquecido no funccionamento dos seus orgãos ellas invadem os pontos mais inti-

mos de nossa economia, multiplicam-se e determinam a producção da molestia.

II

A esta infecção, produzida no organismo pelos agentes pathologicos que são nossos hospedes habituaes, dá-se o nome de auto-infecção.

III

Segundo Bouchard, é o frio que, agindo sobre as cellulas lymphaticas, embaraça o seo funccionamento, transformando o organismo neste estado anti-phagocytario tão favoravel á invasão e pullulação dos agentes infectuosos.

ANATOMIA E PHYSIOLOGIA PATHOLOGICA

I

A trombose é o processo anatomo-pathologico, em virtude do qual ha uma obliteração expontanea de um vaso por um coalho sanguineo.

II

A este coalho de sangue chama-se *thrombus*.

III

O processo da thrombose é oriundo das alterações experimentadas pelo liquido sanguineo e d'aquellas que se assestam nas paredes vasculares.

PHYSIOLOGIA

I

Entre as glandulas desecrecção interna cabe ao figado o primeiro logar na ordem hierarchica pela multiplicidade de suas funcções, qual mais importante.

II

Secretar a bilis, derramar no sangue o glycogenio, formar uréa e acido urico, modificar profundamente as substancias que lhes são trazidas pela veia porta e contribuir para a hematopoiese globular—tal é o seu papel na economia.

III

Estreitamente vinculadas entre si, é bem possivel que estas differentes manifestações da actividade funccional do figado, consideradas distinctas, representem uma só funcção da cellula hepatica.

THERAPEUTICA

I

A hematologia representa hoje um poderoso auxiliar da therapeutica.

II

Revelando o diagnostico de muitas molestias, ella firma a indicação therapeutica a seguir, impedindo o medico de andar ás cégas.

III

Esclarecendo o prognostico, ella indica, muitas vezes, a urgencia a *occasio precpes* da intervenção therapeutica.

HYGIENE

I

Nas construcções modernas das casas deve-se tornar o sólo impermeavel.

II

Não havendo esta condição, no inverno, os gazes produzidos no sólo precipitam-se no interior das habitações, em consequencia da maior rarefacção do ar existente.

III

A consequencia do desprendimento destes gazes do sólo é o enfraquecimento do organismo que se torna predisposto a molestias infectuosas, ou a provaveis intoxicações.

MEDICINA LEGAL

I

O suicidio é um crime.

II

A obrigação, em que estamos de velar pela conservação e integridade de nossos orgãos, si nos prohibe maltratal-os e extenual-os com trabalhos e rigores abusivos, com maioria de razão, ainda mais nos põe na necessidade indeclinavel de conservamos a nossa vida.

III

Os infortunios, os desprazeres da vida, a sêde de vingança inalcançavel, a alienação mental, o abuso das bebidas alcoolicas, esperanças por muito tempo aninhadas n'um coração que de tal se não devia desvanecer, a ambição, o desejo da gloria, a liberdade tolhida, as exigencias muitas vezes de um monstro, que só tendo de humano a forma, obrigão a certos infelizes a se precipitarem no turvelhinho do vicio e da prostituição, eis ahi muitas e incontestaveis causas do suicidio.

PATHOLOGIA CIRURGICA

I

O tetano divide-se em espontaneo e traumatico.

II

E' caracterisado o tetano traumatico pelas contracções espasmodicas e dolorosas dos musculos voluntarios.

III

A sua sede é a medulla.

OPERAÇÕES E APPARELHOS

I

A ligadura da arteria femoral se faz na base do *triangulo de Scarpa*, no vertice deste triangulo e no *annel de Hunter*.

II

A arteria tibial posterior é ligada em dous pontos: na extremidade inferior da perna, por detraz do malleolo interno e na união do terço superior com o terço medio da perna.

III

A peronnea é ligada na mesma altura da precedente, tendo como ponto de reparo o bordo externo do gemeo externo.

CLINICA CIRURGICA (1.ª CADEIRA)

I

Sempre que houver impossibilidade de evacuar a bexiga ha retenção de urina.

II

São multiplas as causas capazes de determinar este accidente, v. g. hypertrophia da prostata, calculos vesicaes, estreitamento da urethra, etc.

III

O catheterismo é o meio mais efficaz para dar sahida a urina.

CLINICA CIRURGICA (2.ª CADEIRA)

I

Chama-se ferida penetrante abdominal, toda aquella que atravessar a parede do abdomen.

II

Ella é simples quando não lesa viscera alguma.

III

E' complicada quando, de si, resultam lesões visceraes.

PATHOLOGIA MEDICA

I

O alcoolismo em sua forma chronica traduz-se por desordens multiplas que dizem respeito sobretudo ao apparelho digestivo e ao systema nervoso e ordinariamente apresenta-se após muitos periodos agudos.

II

Sua predominancia sobre um ou outro destes dous apparelhos depende da predisposição individual.

III

E' esta a razão pela qual em uns individuos observam-se bem accentuadas as manifestações nervosas, ao passo que em outros, geralmente intoxicados, os accidentes desta ordem far-se-hão por muito tempo, senão indefinidamente esperar.

CLINICA PROPEDEUTICA

I

A sciencia do diagnostico muito tem progredido com os modernos meios de investigação clinica.

II

Poderoso impulso lhe imprimem na actualidade as conquistas da hematologia.

III

A hematologia deve ser consultada de accordo com os outros elementos morbidos; fóra d'ahi será exigir, ás mais das vezes, o impossivel.

CLINICA MEDICA (1.ª CADEIRA)

I

O alcoolismo pode ser agudo ou chronico.

II

No alcoolismo agudo as diversas perturbações que soffre o organismo são leves e passageiras; no alcoolismo chronico estas mesmas perturbações são profundas e persistentes.

III

O alcoolismo chronico produz para o lado dos rins 2 especies de lesões; a nephrite parenchymatosa e a nephrite intersticial.

CLINICA MEDICA (2.ª CADEIRA)

I

Quando ha bradicardia, ha hypertensão arterial.

II

Quando ha tachicardia, ha hypertensão arterial.

III

Mas, na clinica, nem sempre são observadas estas correlações que constituem a celebre lei de Marey, podendo, ahi, se verificar bradicardia com hypotensão e tachicardia com hypertensão.

MATERIA MEDICA, PHARMACOLOGIA E ARTE DE FORMULAR

I

Da escolha da via de absorpção do medicamento depende, muitas vezes, o exito de uma intervenção therapeutica.

II

Sempre que fór possivel e houver indicação para isto, o medico não deverá hesitar em recorrer ás injecções hypodermicas, cuja preciosidade é, por muitos titulos, incontestavel.

III

Todavia o uso das injecções intro-tracheaes, hoje completamente abandonado, é de effeito mais rapido e de egual segurança de acção a das injecções precedentes.

HISTORIA NATURAL MEDICA

I

O *cardo santo (argemone mexicana* L.) é o unico representante da familia das Papaveraceas, no Brazil.

II

O latex que circula nesta planta é diversameute corado e contém, em si, dissolvidos, os principios medicamentosos mais importantes do vegetal.

III

No norte do nosso paiz é essa planta empregada como hemostatico.

CHIMICA MEDICA

I

Os alcoes são compostos organicos provenientes dos hydro-carburetos mono-atomicos pela addicção de um atomo de oxygenio.

II

Dos alcoes, o mais conhecido e usual é o *ethylico.*

III

Elle entra na composição de quasi todas as bebidas, por isso denominadas alcoolicas e cujas consequencias são sempre funestas á humanidade.

OBSTETRICIA

I

A expulsão do feto sobrevinda a uma epoca de prenhez, quando ainda não é elle viavel, eis o—aborto.

II

Desde e começo da prenhez, até o fim do sexto mez pode o aborto ter lugar.

III

O aborto, é facto reconhecido, se dá com muito mais frequencia nos dous ou trez primeiros mezes.

CLINICA OBSTETRICA E GYNECOLOGICA

I

O exame do sangue é de incontestavel valor, quer durante a gestação, quer no puerperio.

II

Durante a gravidez, permitte diagnostical-a e prever qualquer complicação.

III

No puerperio é sobretudo ao prognostico que a hematologia serve, e, havendo infecção o consultal-a é de real proveito para a indicação intervencionista.

CLINICA PEDIATRICA

I

A coqueluche é um *morbus* contagioso, especifiço, epidemico, provavelmente microbiano que, ordinariamente confere immunidade ás pessôas que já lhe pagaram tributo.

II

Ella é constituida por um elemento inflammatorio, o catarrho dos bronchios, e por outro nervoso—o accesso quintoso.

III

Toda a vez que a ella se junctarem complicações, o seu prognostico torna-se muito serio.

CLINICA OPHTALMOLOGICA

I

Todas as perturbações visuaes podem ser subjectivas ou objectivas.

II

Entre as primeiras occupa logar saliente o stocoma scintillante.

III

Entre as segundas, a dilatação da pupilla, ou mydriase representa o signal mais importante da ophtalmologia nuclear.

CLINICA DERMATOLOGICA E SYPHILIGRAPHICA

I

A natureza infectuosa da syphilis é indubitavel.

II

A syphilis pode ser hereditaria ou adquirida,

III

A syphilis hereditaria transmitte-se directa ou indirectamente.

CLINIÇA PSYCHIATRICA E DE MOLESTIAS NERVOSAS

I

Os phenomenos dolorosos no *tabes* são geralmente precoces e revestem as seguites formas: dôres fulgurantes, terebrantes, lancinantes e ardentes.

II

A coexistencia das dôres com as perturbações trophicas é, em alguns casos, notavel.

III

Certas visceras, no *tabes*, podem ser attingidas por accessos dolorosos.

Visto.

Secretaria da Faculdade de Medicina da Bahia, em 31 de Outubro de 1908.

O Secretario,
Dr. Menandro dos Reis Meirelles.